

el Popular

Miércoles 26 de marzo del 2025 | Año 40 | Nº 14.853 Director (i): Carlos Salinas Guerrero

www.elpopular.pe

S/ 1.00 Diario 0.75, Lámina 0.25
VÍA AÉREA: S/1.50 Diario 1.25, Lámina 0.25

CRIMINALES DEJAN GRAVE A CHOFER QUE NO RECIBIÓ ATENCIÓN A TIEMPO



FOTO: ROSARIO ROJAS

ATACAN A BALAZOS BUS DE EL CHINO

- En el vehículo viajaban varios pasajeros y empresa tuvo que suspender su servicio.
- Atentado sería por cobro de cupos y transportistas evalúan una nueva protesta. PÁGINA 2

LOCO DE AMOR



- Farfán confiesa que está enamorado de Xiomy. Viven luna de miel. PÁG. 8

SE ACABÓ, PERÚ



- Selección perdió 1-0 ante Venezuela y ni un milagro nos lleva al Mundial. PÁG. 10

CAPTURA

DELINCUENTE BALEÓ E HIRIÓ A CONDUCTOR EN PLENA RUTA EN VMT

Terror a bordo de El Chino

LA VÍCTIMA DEMORÓ EN SER ATENDIDO EN EL HOSPITAL.

✚Bala afectó tráquea de conductor y necesita respirador artificial.
✚ Transportistas no salieron a trabajar ayer y gremio evalúa realizar paro por atentados.

José Ancajima / Pamela Advíncula

En un nuevo episodio de violencia que golpea al sector transporte, un conductor de la empresa Etuchisa, conocida como El Chino, fue baleado la noche del pasado lunes en Villa María del Triunfo, por un presunto extorsionador a bordo de una motocicleta. El ataque ocurrió mientras el chofer estaba en ruta con pasajeros a bordo, quienes presenciaron el atentado y quedaron aterrorizados.

Según testigos, el delincuente no dudó en disparar en dos ocasiones contra el conductor Kevin Mamani, impactándolo en el cuello y dejándolo gravemente herido.

Para la policía el ataque habría sido por el cobro de cupos.

Uno de los pasajeros le brindó auxilio inmediato y lo trasladó de urgencia al hospital María Auxiliadora. Sin embargo, en el nosocomio, los familiares denunciaron que demoraron horas para atenderlo porque no se encontraba el médico especialista.

NECESITA RESPIRADOR ARTIFICIAL

El conductor fue sometido a una intervención quirúrgica de emergencia. Su esposa Arelis dijo que necesita un respirador artificial porque la bala afectó una parte de la tráquea. Ellos tienen que comprar eso porque no se lo da el nosocomio. “Los médicos nos dijeron que ya salió del estado crítico, está estable y se encuentra en recuperación. El hospital nos dijo que tenemos que comprar un respirador porque no lo da”, manifestó la esposa del chofer.

La víctima viene cinco años laborando en la empresa conocida como El Chino. Es padre de familia de dos hijos: uno de 17 y otro de 11. Además es el sustento económico del hogar.

EVALÚAN HACER PARO

Los transportistas de la empresa Etuchisa no salieron a trabajar ayer en señal de protesta por el atentado que sufrió uno de sus compañeros. En el paradero, en Puente de Piedra, se observó a los vehículos estacionados. “No hay garantías para salir a trabajar porque los dueños no se han pronunciado y tampoco se cuenta con vigilancia policial, pese a que la comisaría está cerca”, refirió uno de los conductores.

De otro lado, el presidente de la Asociación Nacional de Integración de Transportistas (Anitra), Martín Valeriano, indicó que están evaluando realizar una nueva protesta o un paro por los atentados a los transportistas. “Las organizaciones gremiales de los transportistas formales estamos evaluando hacer una marcha por la vida o un paro”, remarcó.

SON AMENAZADOS POR EXTORSIONADORES

Docentes en la mira

CAPTURA



PROFESORES DEL COLEGIO PITÁGORAS BAJO AMENAZA.

La situación de los docentes en el colegio Pitágoras en Los Olivos se volvió insostenible, tras recibir amenazas de extorsionadores durante sus clases virtuales. Los padres de familia están preocupados, mientras las autoridades parecen estar ausentes ante esta alarmante problemática.

La semana pasada, el colegio suspendió las clases presenciales por las amenazas recibidas. La situación se agravó cuando, en plena clase virtual, los delincuentes enviaron mensajes a los profesores exigiendo que detuvieran la enseñanza o enfrentarían represalias.

Los extorsionadores exigen 600 mil soles, amenazando con atacar a los docentes si no se les paga y siguen impartiendo clases desde sus hogares. (Luis Aguilar)

DESARTICULAN BANDA CRIMINAL

Policía rescata a menor

FOTO: MIGUEL VÁSQUEZ



ESTABA RECLUIDA EN HOSTAL EN ATE.

En un operativo en la urb. Virgen de Chauto en Ate-Vitarte, la Policía rescató a una menor de 15 años en un hostal, quien habría sido explotada sexualmente.

El inmueble, que también funciona como restaurante y hostal, alojaba a ciudadanos extranjeros que se dedicarían a actividades delictivas, como tráfico ilícito de drogas, explotación sexual, entre otros ilícitos. Los agentes detuvieron a un colombiano y cinco venezolanos de la banda Los Avezados del Cono Este.

el Popular
Miércoles 26 de marzo del 2025
Año 40 | Nº 14.853
Director (i):
Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de:
Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

ESTÁ VINCULADO CON ASESINATO DE PAUL FLORES DE ARMONÍA 10

"Marianito" sería brazo armado de "El Monstruo"

✚ También está relacionado con atentado a tragamonedas en Comas.

La captura de Mariano Antonio Altamirano Ramos, "Marianito", uno de los cuatro detenidos por estar presuntamente vinculado al asesinato de Paul Flores, cantante de la orquesta Armonía 10, sería uno de los brazos armados de la banda liderada por Erick Moreno Hernández, "El Monstruo".

Según la Policía, la intervención de Altamirano Ramos, ocurrida en Los Olivos, se logró gracias a "fuente humana", es decir, por información de una tercera persona.

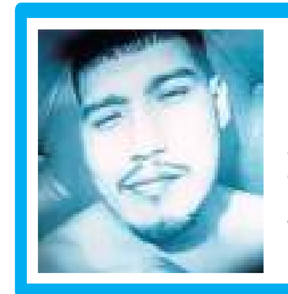
La intervención se realizó en el cruce del jirón Los Yunques con la av. Naranjal en Los Olivos. Luego, los agentes trasladaron al detenido a su vivienda en Comas, donde se incautaron elementos que lo vincularían al crimen.

Durante su detención dijo trabajar como obrero de construcción, pese a que en su vivienda se encontró una mochila de delivery, una pistola marca Taurus con siete municiones, un casco de motociclista, una polera negra, un celular y envoltorios con presuntas sustancias ilícitas.

"Marianito" es el cuarto detenido por el crimen de Paul Flores. Los otros capturados el lunes son Jorge Reyes Miranda ("Jorgito"), Constantino Carrión Robles ("Tino") y Berli Santisteban Apaza ("Berli").



SU CAPTURA FUE EN LOS OLIVOS.



Con antecedentes

Altamirano Ramos fue detenido anteriormente en abril de 2023 por su implicancia en el robo de vehículos y en extorsiones vinculadas al sector transporte.

PELIGROSO

"Marianito" estaría vinculado al atentado con explosivos a un tragamonedas en Comas, así como el asesinato del vigilante de una pollería, también en dicho distrito.

FOTO: DIFUSIÓN

PELIGROSO "ZAZA" FUE CAPTURADO EN SJL

Cae líder de Los Pakistanes

Agentes del Grupo Especial contra el Crimen Organizado (Grecco) de la Dirincri capturaron en su vivienda al líder de la peligrosa banda criminal conocida como Los Pakistanes en San Juan de Lurigancho.

"Zaza" (26) se creía impune y se daba el lujo de desafiar a la Policía al mostrarse en las redes sociales luciendo armas de fuego como si fueran un trofeo o un juguete.

En la casa de "Zaza", quien no opuso resistencia, la Policía encontró armas de fuego y municiones.

La Policía también logró desarticular a la gavilla criminal Los Malditos de Canto Grande, vinculada a la fabricación y venta de armas para extorsiones. (C.L.P.)

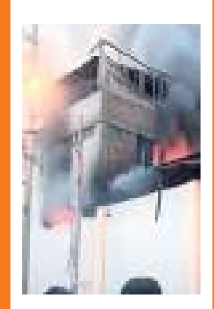
SE CREÍA IMPUNE.

EN CORTO



UN MUERTO Y UN HERIDO EN SARITA COLONIA

Un hombre falleció y otro resultó gravemente herido tras un violento ataque armado registrado la noche del lunes en el asentamiento Sarita Colonia en el Callao. Las víctimas fueron interceptadas por dos sujetos armados en plena vía pública, quienes abrieron fuego. El fallecido fue identificado como Wilfredo Inoñán Zapata (51), mientras que del herido su nombre no fue revelado.



ROBAN ALMACÉN Y PROVOCAN INCENDIO EN VES

Un almacén de vidrio y aluminio fue reducido a cenizas en Villa El Salvador. El siniestro sucedió la madrugada de ayer en el cruce de la av. Pedro Huilca con la calle Los Metalurgistas. El local, perteneciente a la empresa Inversiones 24 de Junio S.A., fue blanco de un robo, antes del incendio que dejó pérdidas que superan el millón de soles.



AUMENTA DE MANERA ALARMANTE LA INSEGURIDAD EN EL AGUSTINO.

CERCA A LA ESTACIÓN PRESBÍTERO MAESTRO

Mototaxista es baleado por falso pasajero



Claudio Castro Rojo, mototaxista de 53 años, fue asesinado a balazos por un individuo que se hizo pasar por pasajero. El crimen ocurrió cerca de un centro comercial y la estación Presbítero Maestro del Metro de Lima en El Agustino.

Este crimen no es un caso aislado, ya que los mototaxistas de la zona denunciaron extorsiones. La familia de la víctima exige justicia y una respuesta rápida de las autoridades para frenar la violencia.

Este crimen se suma a otros incidentes violentos, como el ataque a balazos a dos mototaxistas en diciembre pasado, que resultó en la muerte de uno y dejó al otro herido.

Los vecinos de El Agustino exigen medidas efectivas para combatir la ola de violencia que afecta no solo a los mototaxistas, sino también a los ciudadanos en general. (Luis Aguilar)

SECUESTRADORES DE LA REINA DEL ARROZ

Se van para la cárcel

El Poder Judicial ordenó 36 meses de prisión preventiva contra 12 implicados en el secuestro de la empresaria Lilian Vega Carrasco, conocida como La reina del arroz, ocurrido el pasado 19 de febrero en San Martín de Porres.

El juez Raúl Justiniano Romero del Octavo Juzgado de Investigación Preparatoria de la Corte Superior Nacional, dictó la medida contra los investigados e integrantes de la banda criminal La Cota 905, "a quienes se les imputa el delito de organización criminal, extorsión y secuestro".

La prisión preventiva vencerá el 24 de febrero del 2028, apuntó el Poder Judicial.



CON 36 MESES DE PRISIÓN PREVENTIVA.

COMICIOS ELECTORALES SE REALIZARÁ EL 12 DE ABRIL DEL 2026

Boluarte convoca elecciones

✚ Mandataria promete que se mantendrá neutral e imparcial.

Pamela Arroyo

En un sorpresivoo mensaje a la Nación, la presidenta Dina Boluarte convocó a elecciones generales para el 12 de abril del 2026.

La mandataria estuvo acompañada de Piero Corvetto, jefe de la Oficina Nacional de Procesos Electorales (ONPE), Roberto Burneo, presidente del Jurado Nacional de Elecciones (JNE) y Carmen Velarde, jefa del Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (Reniec).

Boluarte inició su discurso indicando que tomó el mandato de la República, luego de que Perú sufriera un golpe de Estado. Seguidamente, convocó a elecciones, con la finalidad de seguir con el orden constitucional.

"Cumpliendo con el mandato constitucional y legal, demostrando nuestro firme compromiso con la democracia y con la presencia de las autoridades que conforman el sistema electoral, convoco a elecciones generales para el 12 de abril del 2026", expresó.

De acuerdo con lo dicho por la presidenta, en las elecciones generales del próximo año, el pueblo peruano escogerá al próximo presidente, a los diputados y senadores del futuro Congreso bicameral y a los representantes al Parlamento Andino.


FOTO: DIFUSIÓN

CUMPLIRÁ EL PERIODO PRESIDENCIAL.

JNE se pronunció

Tras el mensaje de Dina Boluarte, el Jurado Nacional de Elecciones (JNE) emitió un comunicado en el que "reafirma su compromiso de conducir este proceso electoral con transparencia, imparcialidad y eficacia, garantizando que los resultados reflejen fielmente la voluntad popular expresada en las urnas".

PROMETE NEUTRALIDAD

La jefa de Estado se comprometió a mantener la neutralidad en el proceso eleccionario. "El Gobierno que dirijo asume el compromiso de mantener absoluta neutralidad e imparcialidad para que los resultados de este proceso electoral sean incuestionables y reflejen la voluntad popular", refirió. De acuerdo con el Registro de Organizaciones Políticas (ROP) del Jurado Nacional de Elecciones (JNE), hasta el momento hay 41 partidos inscritos que buscarán ganar la presidencia, así como ingresar la mayor cantidad de senadores y diputados en el próximo Congreso bicameral.


FOTO: DIFUSIÓN

SENTENCIA SE CONOCERÁ EL 8 DE ABRIL.

EN SU ALEGATO FINAL POR JUICIO

Humala dice que no recibió dinero

En su alegato final, en el juicio que se le sigue por presunto lavado de activos a raíz del caso Odebrecht, el ex presidente Ollanta Humala reiteró su confianza en las pruebas que presentó a lo largo del proceso.

"Nunca probaron que mi esposa o yo recibiéramos dinero. Estoy tranquilo, hemos aportado las pruebas necesarias para demostrar nuestra inocencia", refirió.

El Ministerio Público solicitó 20 años de prisión para Humala y 26 años y tres meses para Heredia, a quienes acusa de lavado de activos y otros delitos vinculados a las campañas.

Humala considera el juicio como una "persecución política".

REVELAN QUE PIDIÓ CERRAR CONGRESO

Hunden más a Castillo


FOTO: DIFUSIÓN

JORGE ANGULO DECLARÓ COMO TESTIGO EN JUICIO CONTRA CASTILLO.

El general en retiro de la Policía Nacional del Perú, Jorge Angulo Tejada, indicó que escuchó una conversación telefónica el 7 de diciembre de 2022, en la que el entonces presidente Pedro Castillo ordenó al comandante general de la Policía, Raúl Alfaro, cerrar el Congreso y detener a la fiscal de la Nación, Patricia Benavides.

Angulo explicó que estuvo presente cuando Castillo hizo la llamada a Alfaro, quien en ese momento estaba con licencia médica por el covid-19.

Tras la llamada, Angulo lo acompañó al general Vicente Álvarez, quien estaba encargado de la comandancia general de la Policía, a una reunión convocada por el Comando Conjunto de las Fuerzas Armadas. Angulo relató que después de esta reunión, se realizaron varias comunicaciones y coordinaciones y, posteriormente, Álvarez dispuso la detención de Pedro Castillo.



FOTO: MIGUEL VASQUEZ

AGRICULTORES ESPERAN REUNIRSE CON EL PREMIER ADRIANZÉN.

PIDEN RENUNCIA DE MINISTRO DE MIDAGRI

Se viene paro agrario

Con el propósito de visibilizar sus demandas y exigir políticas justas para el desarrollo del sector agropecuario, la Convención Nacional del Agro Peruano (Conveagro) acordó convocar a un Paro Nacional Agrario, cuya fecha será definida en abril por el Comité de Coordinación.

En lo inmediato, solicitarán una reunión con el presidente del Consejo de Ministros, Gustavo Adrianzén, para discutir sus principales pedidos.

Conveagro exigió la renuncia del ministro de Desarrollo Agrario y Riego, Ángel Manero. Según indicaron, hay "un desmedido interés por favorecer a los intereses de los grandes agroexportadores", dejando de lado las demandas de los pequeños productores. (Daniel Tapia)

PLANCHA DE YESO SE VINO ABAJO CUANDO LOCAL ESTABA CON PÚBLICO

Se derrumba techo del patio de comidas de Plaza Norte

✚ Cliente avisó a encargados del local y solo le pidieron que se cambie de mesa.

FOTO: DIFUSIÓN

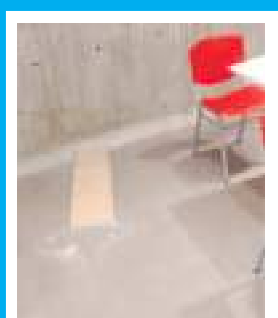


ENCARGADOS DE SEGURIDAD HICIERON CASO OMISO A LAS RECLAMACIONES DEL COMENSAL.

Una plancha de yeso del techo cayó en el patio de comidas del Centro Comercial Plaza Norte en Independencia, la tarde del lunes. El incidente ocurrido cerca del módulo de Dunkin' Donuts alarmó a los visitantes y trabajadores del lugar.

José Espinoza, quien presenció el hecho, registró el momento en video y alertó a los encargados, a quienes no se les ocurrió mejor idea que pedirle que cambiara de mesa.

Espinoza criticó la falta de acciones por parte del personal, ya que no se tomaron medidas de seguridad, como colocar un cerco en la zona afectada. Además, cuestionó la indiferencia de los encargados, que no verificaron su estado tras el accidente. Ante ello, hizo un llamado a la administración del centro comercial para supervisar la infraestructura y prevenir desenlaces fatales, como el ocurrido el 21 de febrero en el Real Plaza en Trujillo.



Falta de seguridad

Este hecho resalta la creciente necesidad de mejorar las medidas de seguridad de los centros comerciales del país para garantizar una mayor protección a los visitantes.

AUMENTA NÚMERO DE PLANTELES EXTORSIONADOS

"Más de 500 colegios"

PRESIDENTE DE ANACOPRI.

Guido Quintanilla, presidente de la Asociación Nacional de Colegios Privados (Anacopri), reveló que más de 500 colegios privados en Lima fueron extorsionados, lo que llevó a 20 instituciones a regresar a la modalidad virtual por seguridad. Pese a reuniones con autoridades como el ministro del Interior, las medidas de seguridad no se implementaron de manera efectiva. Entre los distritos más afectados se encuentran Villa El Salvador, Comas, San Martín y San Juan de Lurigancho. Quintanilla refirió que las instituciones no formalizan quejas por miedo a represalias, ya que consideran inseguro el manejo de información en las comisarías. Según él, es urgente desplegar a la Policía en las zonas afectadas.

EN CORTO

CANILLITA MUERE ATROPELLADO POR CAMIÓN

Artidoro Fasabi, de 36 años, perdió la vida tras ser atropellado por un camión de basura de la municipalidad de Villa María del Triunfo, mientras se dirigía a trabajar en su moto, el pasado sábado 22 de marzo. Su esposa, María Burga, solicita a las autoridades distritales apoyo económico y una pensión para su hijo, ya que teme no poder cubrir los gastos del hogar. El conductor del camión permanece retenido en la comisaría de Lurín mientras se investigan los hechos.

RECLAMO VIENE DESDE HACE TRES MESES

Pacientes con TBC no reciben alimentos

Pacientes con tuberculosis del hospital Marino Molina de EsSalud en Comas, denunciaron que no reciben sus canastas de alimentos desde diciembre de 2024. Estos víveres, esenciales para su recuperación, no fueron entregados debido a la falta de presupuesto en la municipalidad, según comunicaron las autoridades locales. Los afectados dijeron que el apoyo alimentario es vital para combatir la enfermedad y pidieron agilizar la entrega. Por otro lado, el municipio informó que el retraso se debe a la demora en la transferencia de fondos del Ministerio de Economía y Finanzas (MEF) y aseguró que las canastas estarán listas a fin de mes.

PARA AQUELLOS QUE COMPREN PETRÓLEO A VENEZUELA

Trump anuncia aumento de impuestos para otros países

✚ Medida entrará en vigor a partir del 2 de abril, según el mandatario.

EE.UU. El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, anunció un arancel del 25% para los países que compren petróleo venezolano.

Según Trump, el régimen de Maduro envió a EE.UU. delincuentes peligrosos.

Además, ordenó el cierre de la petrolera Chevron en Venezuela antes del 3 de abril del 2025, lo que podría reducir la producción de petróleo en el país.

Esta medida es parte de un plan más amplio que incluye nuevos impuestos a productos como automóviles y medicinas, con el objetivo de proteger la economía de Estados Unidos. Trump explicó que muchas tarifas impuestas a los productos estadounidenses son injustas y dañan al país. Por otro lado, el secretario Scott Bessent, informó que se trabaja para garantizar un comercio justo con otros países.



FOTO: AFP

SANCIONES AUMENTAN LA TENSIÓN POLÍTICA Y ECONÓMICA EN VENEZUELA.

EN CORTO

ADVIERTEN CORRIENTES DE VIENTO

NUEVA ZELANDA. Las autoridades de Nueva Zelanda emitieron una alerta por corrientes fuertes y oleaje impredecible en el sur del país tras un terremoto de magnitud 6,7 registrado al suroeste de la Isla Sur. El sismo, con hipocentro a 21 kilómetros de profundidad, ocurrió cerca de Riverton e Invercargill. Ante ello, la Agencia de Gestión de Emergencia Nacional advirtió sobre el riesgo para bañistas, pescadores y embarcaciones, recomendando alejarse de las costas y puertos.

ESTADO DE SALUD DEL PAPA FRANCISCO

Médicos consideraban suspender tratamiento



FOTO: AFP

"DESDE EL PRIMER DÍA NOS PIDIÓ QUE DIJÉRAMOS LA VERDAD", AFIRMÓ SU MÉDICO PERSONAL.

ROMA. El personal médico que atendía al papa Francisco consideró suspender su tratamiento para que pudiera morir, según el profesor Sergio Alfieri, quien lideró el equipo en el hospital Gemelli de Roma. La decisión más difícil ocurrió el 28 de febrero, cuando el pontífice sufrió una crisis respiratoria. La decisión de persistir fue apoyada por el enfermero personal del papa, Massimiliano Strappetti, quien pidió al equipo médico que no se rindiera. Durante su estadía de 38 días en el hospital, enfrentó varias crisis respiratorias, que pusieron su vida en peligro. Este periodo marcó su hospitalización más larga desde que asumió el papado.

PAMELA FRANCO

“NO PONGO LAS MANOS AL FUEGO POR NADIE”

✚ Cantante lanza advertencia a Christian Cueva para que se porte bien. ✚ Descarta sentarse en el sillón rojo de EVDLV y cantar junto con Marisol.

Mario Palacios O.

Pamela Franco grita a los cuatro vientos su amor por Christian Cueva.

Aunque viven un presente envidiable, ella es consciente de que en el futuro pueden pasar muchas cosas. Por eso, aclara, que no pone las manos al fuego por el polémico deportista y prefiere disfrutar el presente. “No perdonaría una infidelidad y no pongo las manos al fuego por nadie”, así de tajante fue la respuesta de Franco al ser consultada sobre su pareja, que estuvo de invitado en el programa Qumbias y risas, donde dejó en claro que es una mujer de armas tomar.


LE ADVIERTE A ALADINO.

Sobre si encargaría un hijo con Cueva, Pamela refirió que no lo tiene en sus planes, al menos por ahora. “No sé qué pueda pasar más adelante, yo hablo del presente, mañana es algo que no se sabe”, remarcó.

DICE NO A EVDLV

Cuando fue consultada si se sentaría en el sillón rojo de El valor de la verdad, como lo hizo en su momento Pamela López, la cumbiambera aseguró que no hay billetera para pagar lo que pediría.

“No hay presupuesto (risas)”, indicó.

No descartó por el momento compartir el escenario con la cantante Marisol, que un tiempo atrás tuvo un vínculo con Cueva.

“Estoy trabajando en mi música y no tengo eso en mente”, manifestó la chimbotana, quien busca polemizar con la Faraona de la cumbia.

Promociona nuevo tema

Pamela Franco lanzó su nueva canción el Escándalo en la que protagoniza el videoclip junto con su actual pareja Christian Cueva. “Todo fue un escándalo y ahora lo llevamos a la música, que tiene buena aceptación del público”, dijo.

YAHAIRA PLASENCIA

DESEA LO MEJOR A LA FOQUITA Y XIOMY

✚ No habla de hombre con quien fue a discoteca.



Mientras que la Foquita Farfán disfruta su amor con Xiomy Kanashiro, Yahaira Plasencia disfruta de su salida con un misterioso galán, con quien fue visto agarrada de la mano en Miami en febrero y hace unas semanas en una discoteca en La Victoria. Pese a las imágenes en las que se luce contenta con el misterioso hombre, la salsera no quiere decir si su corazón volvió a latir, pues prefiere mantener a su saliente en reserva por el momento. "No tengo galán, estoy soltera, estoy tranquila, el día que tenga alguien se darán cuenta. Solo puedo decir que estoy tranquila", comentó. Evitó pronunciarse del romance de su ex, aunque aclara, siempre deseará lo mejor a todos. "Siempre quiero lo mejor para todos, no quiero opinar sobre alguien en específico. Yo no deseo hablar de nadie, estoy tranquila, así", expresó. (M.P.)

RICARDO MENDOZA

VA RUMBO AL ALTAR

✚ Se comprometió con Katya Mosquera.



LE DIO ANILLO DE COMPROMISO.

El comediante Ricardo Mendoza sorprendió a sus seguidores al anunciar su compromiso con Katya Mosquera, con quien tiene un romance desde mayo del año pasado.

El amor tocó fuerte al integrante de Hablando huevadas, pues quiere pasar el resto de sus días junto con su pareja. "Me da gusto, en serio, cómo has pintado mis días y quiero ese color para siempre conmigo. Te amo. Vamos por esta aventura juntos", escribió Ricardo en su Facebook y publicó fotos del momento que le dio el anillo de compromiso a su amada. (M.P.)

JEFFERSON FARFÁN



"ME RECONTRA TOCÓ EL AMOR"

✚ Ex futbolista contó que cambió de número luego que inició relación con Xiomy Kanashiro.

✚ Viven su romance en hotel de Cristiano Ronaldo en España.



Mario Palacios O.

Como nunca antes visto, Jefferson Farfán confesó estar muy enamorado de Xiomy Kanashiro, con quien vive una luna de miel adelantada en España, donde la pasan de maravillas a unas semanas de hacer oficial su relación.

Ni cuando estaba con Yahaira Plasencia la Foquita se mostró expresivo en el plano amoroso. Es que, al parecer, la joven bailarina despertó en él no solo volver a creer en el amor, sino también revelar lo que siente por ella.

La pareja de moda se contactó desde España con el podcast ¿Ahora qué? donde Carloncho le preguntó a Farfán si le tocó el amor, y este replicó rápidamente: "Me recontra tocó".

Revelaron estar hospedados en el hotel de Cristiano Ronaldo, donde pasan momentos inolvidables. "Es la primera vez que vengo a España, Jefferson quería conocer el hotel de Cristiano y vivir la experiencia de estar acá", dijo la bailarina.

Van paso a paso

Xiomy Kanashiro no quiere hablar de compromisos, prefiere disfrutar del buen presente que pasan y del viaje que iniciaron el pasado fin de semana a Europa. "Estamos yendo paso a pasito. Estamos bien, felices y es lo importante", refirió.

SOLO TIENE OJOS PARA ELLA

En otro momento, Farfán contó que sus amigos de juerga, con quienes iba a discotecas y salsódromos los fines de semana, lo extrañan. Ahora dedica su tiempo a trabajar en su podcast y estar con Xiomy.

"Mis galácticos de Barranco ya me perdieron, ya cambié hasta de número. Muchos me están escribiendo y nunca les entra las llamadas (risas)", contó la Foquita.

Igualmente, recordó haber hablado con el papá de Xiomy, quien le exigió al ex futbolista portarse bien con su hija porque sabe de su fama de picaflor.

"Mi suegro es más parchador (risas)", refirió.

MARÍA PÍA

TENÍA MIEDO SER AMIGA DE MAGALY

Animadora cuenta cómo comenzó su amistad con periodista.

Hoy son amigas y confidentes, pero María Pía Copello reveló haber tenido miedo de acercarse a Magaly Medina cuando Peluchín las presentó.

Muchas de sus amistades le dijeron que tuviera cuidado con la periodista, pero hoy revela que son inseparables.

"Al principio, como que siempre estábamos los tres, y luego nos presentó a Alfredo, se lo presenté a mi esposo y nos hicimos patas, de a poco", explicó la animadora en una reciente entrevista en Tampoco Tampodcast.

La conductora de Mande quien mande, reveló que al principio recibió varias advertencias de personas cercanas sobre Magaly Medina, causando dudas en ella. "Eso sí (tuvo temor), lo que pasa es que Magaly es Magaly. Claro, había ese temor y yo decía: 'Dios mío, que nunca surja un tema', porque tú sabes, es difícil, pero creo que se dio de una forma tan natural", comentó la animadora.

Pese a la amistad, María Pía sabe que si Magaly tiene un ampay suyo, ahí no habrá amistad que valga la pena, pues la Urraca lo sacará. "No hablamos de farándula, ese es su trabajo. Ella sabe que tiene la libertad de criticarme también", acotó. (M.P.)



CONDUCTORAS SE VOLVIERON INSEPARABLES Y SIEMPRE COMPARTEN JUNTAS.

MILUSKA ESKENAZI

REGRESA AL TEATRO

Es conocida por su faceta musical y por muchas de sus participaciones en producciones musicales, pero ahora Miluska Eskenazi sube a las tablas con la puesta teatral *No quiero olvidar*, donde pone en el tapete la compleja realidad del Alzheimer. "El teatro es una de mis grandes pasiones. Con la obra queremos hacer una reflexión sobre el amor, la enfermedad y los límites de la responsabilidad en una pareja", expresó la actriz. Esta puesta en escena es un desafío para Miluska en su carrera como actriz. A la par se prepara para volver a la música.

"Es una exploración de las complejidades del amor, la fragilidad de la vida y la valentía de enfrentar lo desconocido", agregó la actriz, que se presentará desde el 4 de abril en el Esencia de Barranco. (M.P.)



OBRA TRATA DEL ALZHEIMER.

PERÚ CAYÓ 1-0 CON VENEZUELA Y PERDIÓ SUS CHANCES DE IR AL MUNDIAL

Se acabó

- No alcanzó con las ganas en Maturín.
- Rondón hizo la diferencia de penal.

José Carlos Giles

MATURÍN. Lo que mal empieza, mal acaba. Si bien las matemáticas dibujan una ligera esperanza -casi milagrosa y con calor de hechizo- de alcanzar el séptimo puesto de la tabla de posiciones y el acceso al repechaje mundialista, estamos en capacidad de asegurar que la selección peruana de fútbol se despidió -literalmente- del Mundial de Norteamérica 2026 después de caer, anoche 1-0 frente a su similar de Venezuela.

Con el pecho erguido por el reciente triunfo 3-1 frente a Bolivia, Perú salió a proponer su juego de "toque y ataque", pero el objetivo de lograr una victoria heroica nunca se logró. La derrota 1-0 cerró así un capítulo amargo de la Bicolor en las clasificatorias.

Salomón Rondón, al minuto 41 de penal anotó el gol de la Vinotinto, que volvió a ganar después de nueve partidos sin poder celebrar en el largo camino hacia la Copa del Mundo, a la que nunca asistió en su historia. Al final del primer tiempo, el VAR y el árbitro chileno Cristian Garay le anularon un tanto a Bryan Reyna por mano que nadie vio.

El entrenador Óscar Ibáñez modificó el once titular en comparación al que jugó el jueves frente a los bolivianos, pero su plan no logró los resultados soñados. Guerrero, esta vez, no alcanzó el eco del gol, mientras que sus compañeros cayeron en la red de Venezuela.

A la Blanquirroja le quedan 12 puntos por disputar en las eliminatorias. En la fecha 15 jugará contra Colombia en Barranquilla y después recibirá a Ecuador en Lima (fecha 16). El cotejo contra Uruguay se jugará en Montevideo en la fecha 17 y, para cerrar el ciclo, Perú será local frente a Paraguay (fecha 18).

VENEZUELA 1		PERÚ 0	
Romo	(7)	Gallese	(6)
Aramburú	(7)	Advíncula	(6)
Ferraresi	(7)	Zambrano	(5)
Ángel	(7)	Garcés	(6)
González	(7)	López	(6)
Herrera	(7)	Tapia	(6)
A. Martínez	(7)	Aquino	(6)
Savarino	(7)	Carrillo	(6)
Soteldo	(7)	Polo	(5)
J. Martínez	(7)	Reyna	(6)
Rondón	(8)	Guerrero	(5)
DT: F. Batista		DT: Ó. Ibáñez	

Gol: Rondón 41'p (V).
Cambios: Segovia (5) x J. Martínez, Rincón (5) x A. Martínez, Cádiz (5) x Rondón, Cásseres (5) x Herrera, Mejías (5) x Savarino (V). Quevedo (5) x Reyna, Flores (5) x Aquino, Lapadula (5) x Polo (P).
TA: A. González, J. Martínez, Herrera (V); Zambrano, Aquino (P).
Árbitro: Cristian Garay (CHI/mal).
Estadio: Monumental, Maturín.

TABLA DE POSICIONES

1. Argentina	14	10	1	3	26	8	+18	31
2. Ecuador	14	7	5	2	13	5	+8	23
3. Uruguay	14	5	6	3	17	10	+7	21
4. Brasil	14	6	3	5	20	16	+4	21
5. Paraguay	14	5	6	3	11	9	+2	21
6. Colombia	14	5	5	4	18	14	+4	20
7. Venezuela	14	3	6	5	13	17	-4	15
8. Bolivia	14	4	2	8	14	30	-16	14
9. Perú	14	2	4	8	6	17	-11	10
10. Chile	14	2	4	8	9	21	-12	10

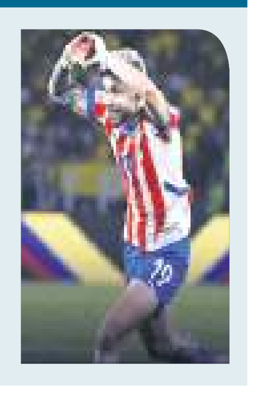
Paraguay le robó un punto a Colombia

BARRANQUILLA. Paraguay sacó la garra para rescatar un punto de oro del infierno de Barranquilla al empatar 2-2 con Colombia, tras ir perdiendo 0-2, resultado que lo va acercando cada vez más al Mundial.

Antes del minuto de juego, el cuadro cafetero se puso en ventaja por medio de Luis Díaz, tras la asistencia de Jhon Arias. Luego, a los 15', Díaz asistió a Jhon Durán para ampliar el marcador para Colombia.

En la agonía de la primera etapa, Junior Alonso, de golpe de cabeza, puso el descuento para el equipo guaraní.

En el complemento, un derechazo desde fuera del área de Julio Enciso (17') puso el 2-2 para la Albirroja, que sigue invicto con Gustavo Alfaro como DT. Paraguay es quinto con 21 puntos, mientras que Colombia es sexto con 20. (C.L.P.)



Chile y Gareca huelen a muerto

SANTIAGO. Al ritmo del "Ohhh, Gareca ya se va...", que cantaba la hinchada, Chile empató como local sin goles con Ecuador y está virtualmente eliminado de la lucha por la clasificación al Mundial del 2026. La Roja impuso su dominio en la primera parte ante un cuadro norteño que se mostró cauteloso, pero le faltó profundidad y mejor puntería en los metros finales.

Cerca del final del primer tiempo pudo llegar el tanto para Chile, pero Galíndez lo evitó ante el doble remate de Diego Valdés.

En el complemento, Ecuador mejoró, equiparó el partido y estuvo cerca de anotar en un cabezazo de Enner Valencia que Brayan Cortés salvó.

Al final del encuentro la hinchada pidió la cabeza de Gareca. Chile es último con 10 puntos y Ecuador segundo con 23. (C.L.P.)



CHARRÚAS EMPATARON 0-0 CON BOLIVIA

Uruguay tuvo altura

FOTO: AFP



URUGUAY DOMÓ LA ALTURA DE EL ALTO.

La Celeste rescató valioso punto del techo del mundo.

EL ALTO. Uruguay domó la altura y rescató un punto de oro del techo del mundo. A 4150 metros en la temible plaza de El Alto, el cuadro charrúa igualó sin goles con Bolivia, por la fecha 14 de las eliminatorias al Mundial 2026.

La Celeste mostró un juego más ofensivo en los primeros minutos del partido y metieron presión sobre una Bolivia a la que le costó agarrar ritmo.

Poco a poco, los del altiplano tomaron las riendas del juego y comenzaron a inquietar con pelotas aéreas e intentos de media distancia, contra un Uruguay que mostraba claras señales de ahogo en cada jugada.

Un cabezazo de Abrego tras un preciso centro de Medina llevó peligro al arco visitante, pero Uruguay respondió con un gran pase filtrado de Guillermo Varela para Federico Viñas, quien fue bloqueado a tiempo por un zaguero boliviano cuando se aprestaba para definir.

Para el complemento, Bielsa mandó a la cancha a Federico Valverde, Darwin Núñez y Facundo Pellistri buscando oxigenar al equipo y brindarle mayor peso en las transiciones ofensivas. De todos modos, Bolivia siguió exigiendo y, con un tiro libre de Vaca que Rochet despejó, volvió a intentar llegar al gol.

Sobre los 21', la Verde generó dos chances clarísimas, con un tiro cruzado de Vaca que se estrelló en el palo, y con un remate de Villamil que se fue pegado a la base del palo.

En el cierre, los del altiplano salieron con todo en busca del tanto de la victoria, que casi consiguen con un centro bajo que Rochet no pudo cortar y que Villamil no alcanzó a conectar con el arco vacío, cuando ya le había ganado la posición a Nahitan Nández.

Uruguay suma 21 puntos, mientras que Bolivia 14. Este resultado le fue favorable a Argentina que antes de jugar con Brasil logró el boleto al Mundial de manera anticipada.

FOTO: DIFUSIÓN

Sueño cumplido

LOS ÁNGELES. Thierry Henry, histórico del fútbol francés, cumplió su promesa y le regaló su camiseta del Arsenal a Cecilio Waterman, quien hace días le había regalado su casaquilla, tras marcar un gol en el triunfo de Panamá ante Estados Unidos por la Liga de Naciones de la Concacaf.



FOTO: DIFUSIÓN

Duro revés para Vinícius

MADRID. La justicia de España decidió archivar una denuncia que hizo Vinícius Júnior, futbolista del Real Madrid, a dos hinchas del Barcelona, a quienes acusó de llamarlo "mono" durante un encuentro de LaLiga en octubre de 2023. La justicia explicó que dicha palabra "no es delito".

PERÚ INTEGRA GRUPO A

Sub-17 presentó lista para Sudamericano

FOTO: DIFUSIÓN



Carlos Silvestri, entrenador de la selección sub-17 dio a conocer la convocatoria de 23 jugadores para el Sudamericano de Colombia.

Perú integra el grupo A, junto con Colombia, Argentina, Paraguay y Chile.

La lista es la siguiente:

Arqueros: Tomás Dulanto, Fernando Lasanta, Lucas da Silva.

Defensas: Kevin Arteaga, Diego Pablo, Samuel Pereda, Martín Huamán, Samir Meza, Nicolás Valencia y Sebastián Ortega.

Mediocampistas: Geray Motta, Robinho Ormeño, Gerson Castillo, Jeferson Hurtado, Juan Ojeda e Isaac Zegarra.

Delanteros: Oliver López, Carlos Aramburú, Carlos Santos, Matías Martínez, Víctor Calagua, Jeanpiero Falconí y Marco Rivas.

Perú debutará mañana ante Paraguay. Los demás partidos de la Bicolor serán ante Colombia (29 de marzo), Chile (31 de marzo) y Argentina (2 de abril). (C.L.P)





ÁLVAREZ CELEBRA JUNTO CON THIAGO ALMADA.

SE IMPUSO 4-1 Y YA ESTÁ EN EL MUNDIAL 2026

Paliza de Argentina a Brasil

BUENOS AIRES. Argentina ya hizo la tarea e irá por su cuarta Copa del Mundo en la cita del 2026. Desde media tarde del martes ya estaba clasificada gracias al empate de Uruguay en La Paz, que no pudo vencer a Bolivia (0-0). En la noche, recibió a Brasil y le puso la firma, a su estilo, con buen fútbol y sobre todo, contundente. La prueba es que se impuso por goleada de 4-1 a la Verdeamarelha, cuyo capitán, Raphinha, un día antes, había dicho que su equipo le daría una paliza al de Lionel Scaloni y que incluso él haría un gol del festín. Ni lo uno ni lo otro. A la hora que el balón comenzó a rodar, Argentina no se hizo muchos problemas y comenzó a sumar goles. En el primer tiempo, el 1-0 fue de Julián Álvarez, a los 4 minutos, el 2-0 de Paredes, ocho minutos después, el 3-0 de McAllister a los 37' y Simeone, cuando el reloj marcaba 26' del complemento. Brasil había descontado a los 26' del inicio mediante Cunha. Argentina ya está en el Mundial del 2026.





ADQUIERE LA NUEVA EDICIÓN DE ESTE COLECCIONABLE DIDÁCTICO DISPONIBLE CON EL POPULAR

Con estas láminas y Coquito tus hijos serán los mejores de la clase



ESTOS EJERCICIOS SIRVEN COMO REFORZAMIENTO ACADÉMICO.

Alannis Castañeda Saavedra.

Tu diario **el Popular** presenta su nueva edición de láminas coleccionables **Coquito, mis primeras lecciones**, en las que los niños y niñas podrán descubrir la magia del aprendizaje divertido de manera efectiva. Son más de 45 láminas por descubrir, son a todo color y con actividades divertidas para los más pequeños del hogar.

LO MEJOR DEL APRESTAMIENTO

Cuando los pequeños ingresan al colegio, es deber de los profesores enseñarles tareas o ejercicios acordes a su edad. Las actividades de aprestamiento son parte de ello; estas incluyen una serie de ejercicios que buscan desarrollar habilidades motoras, cognitivas y socioemocionales en los niños. Entre los ejercicios más comunes se encuentran trazos, recorte de figuras, juegos de encaje, reconocimiento de colores y formas, así como dinámicas grupales.



En las redes sociales

Búscanos en las redes sociales Facebook, Instagram, X y TikTok si quieres estar bien informado con lo último del acontecer nacional e internacional. **El Popular** siempre te mantendrá al día con las últimas noticias. También puedes seguirnos en elpopular.pe

TODO PARA VER

Harry Potter

También puedes ver: Rick y Morty. La serie sigue las desventuras del científico Rick Sanchez y su nieto Morty, quienes pasan el tiempo entre la vida doméstica y los viajes espaciales e intergalácticos.

El libro Harry Potter y la piedra filosofal fue el primero en publicarse de la exitosa saga literaria y cinematográfica creada por J.K. Rowlling.

Cuenta el comienzo de la historia del niño mago más famoso del mundo y cómo comienzan sus aventuras al conocer a sus inseparables amigos, compañeros y cómplices Ron Weasley y Hermione Granger. ¿Pero de qué trata esta emocionante y mágica aventura?

Harry Potter crece en la casa de sus tíos, los Dursley, quienes le ocultan su verdadera historia familiar.

Al cumplir 11 años, empiezan a llegarle innumerables cartas de remitente desconocido, que van aumentando a medida que sus tíos no dejan que las abra. Las mismas traen la noticia de que el niño fue admitido en el Colegio Hogwarts de Magia y Hechicería, ya que igual que sus padres, es mago.

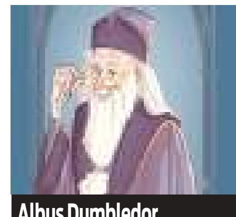
Para que Harry logre ir al prestigioso colegio cuenta con la ayuda de un curioso personaje, Rubeus Hagrid, un gigante que asusta, pero tiene un gran corazón. Harry emprenderá un viaje que le cambiará la vida.

EL DATO: En el año 2001 se estrenó a nivel mundial la versión cinematográfica de Harry Potter y la piedra filosofal, que contó con Daniel Radcliffe en el papel de Harry Potter, y Emma Watson como "Hermione" y Rupert Grint como "Ron".



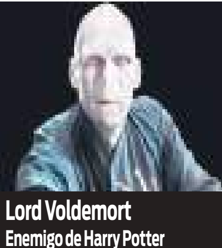


PERSONAJES



Albus Dumbledor
Mentor de Harry Potter

Es el director del colegio al que va Harry y se convierte en su protector contra Lord Voldemort. Es uno de los magos más poderosos.



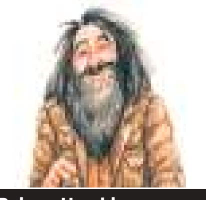
Lord Voldemort
Enemigo de Harry Potter

Es un brujo tenebroso. Su cuerpo fue destruido por la maldición que lanzó contra Harry y le rebotó. Quiere conseguir la piedra filosofal.



Severus Snape
Misterioso profesor

Es el profesor de pociones y desde el comienzo de las clases, es el único maestro que muestra animadversión por Harry.



Rubeus Hagrid
Protector de Harry Potter

Gigante de gran corazón, cría a escondidas dragones y se convierte en uno de los amigos y protectores de Harry.

Emprende y crece con el Popular

Cuida tu bolsillo
La educación financiera es fundamental para saber manejar nuestras finanzas, más aún si necesitas saber cómo ahorrar dinero.

AYUDAN A TU EGOCIO A CRECER HACIENDO MÁS ÁGILES LOS PROCESOS

Herramientas digitales para tu emprendimiento

✚ Son de mucha ayuda para un mejor manejo de tu negocio. ✚ Elevan la eficiencia operativa.

Zorada Peña H.

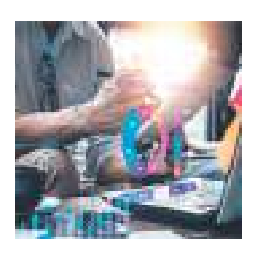
Cada vez son más los emprendimientos y negocios que se apoyan en las herramientas digitales para mejorar sus procesos, aminorar costos y brindar un buen servicio a sus clientes.

"El uso de herramientas digitales se ha vuelto fundamental para que los emprendimientos optimicen sus recursos, lleguen hasta nuevas audiencias y eleven su eficiencia operativa fácilmente", refirió Carla García, directora de ventas y nuevos negocios.

La especialista indicó que conforme el emprendimiento va ampliándose, el uso de estas herramientas también debe ir renovándose. "A medida que el negocio crece, las soluciones pueden adaptarse para satisfacer las nuevas necesidades del emprendimiento. Entonces, una pequeña tienda en línea puede ir incorporando soluciones más avanzadas a medida que expande su inventario, su base de clientes o sus operaciones. Esto permite que los emprendedores crezcan sin que sus procesos se vuelvan obsoletos o ineficientes", sostuvo García, directora para Latam en Zoho Corporation, empresa tecnológica.



TODOS LOS EMPRENDIMIENTOS DEBEN CONTAR CON UNA ESTRATEGIA DIGITAL.





Educación financiera

Andre Lesevic (*)

DESCARGA APLICACIONES SEGURAS

Descargar una aplicación sin verificar su seguridad es como dejar la puerta de casa abierta: no sabemos quién podría entrar. Muchas apps maliciosas se disfrazan de juegos o servicios para robar información personal, acceder a cuentas bancarias o instalar algún virus. Para proteger tu información y dinero evita descargar apps fuera de la tienda oficial de tu celular. Verifica que provenga de un desarrollador reconocido, revisa las opiniones y corrobora que los permisos que solicita vayan acorde con su funcionalidad. Mantén actualizado tu sistema operativo, pues esto te ayudará a bloquear amenazas, y no entregues datos confidenciales en aplicaciones donde no sea estrictamente necesario.

*Especialista en prevención de fraudes

COLECCIÓN: 2

Familia bien alimentada



Receta del Instituto Nacional de Salud.

Pepián de cuy

INGREDIENTES

- 4 presas de cuy.
- 1/2 kg de papa.
- 1/4 de taza harina de maíz molido.
- 3 cdas de ají colorado.
- Una cebolla pequeña.
- 1/4 de taza de maní.
- Aceite vegetal.
- 2 1/2 cdtas de ajo.
- Perejil, pimienta y comino al gusto.
- Sal yodada con moderación.

PREPARACIÓN

Cortar en presas el cuy, echar sal y freír en aceite vegetal. Lavar la papa, sancochar, pelar y partir. Luego, freír en aceite cebolla cortada en cuadraditos, ajo y ají colorado; después, condimentar con comino, pimienta y sal yodada; agregar el cuy dorado, soasar en el aderezo; luego, añadir maní y harina de maíz diluida en un poquito de agua; hervir. Finalmente incorporar el perejil picado. Servir acompañado de papa y arroz graneado.

Secreto del chef

Potencia el sabor de tu platillo con una fresca y nutritiva ensalada verde en base a espinaca, pepinillos y lechuga.

TIPS

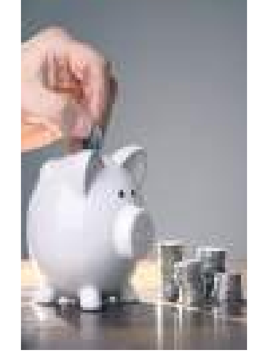
1 APRENDE EL DIY Y AHORRA DINERO

Para ahorrar dinero, comienza con el DIY (Do It Yourself o "hazlo tú mismo"). Existen sitios en internet que te permiten crear tus propios recursos, aprender a reparar cosas de tu casa o del auto, una artesanía o una habilidad nueva para aplicar en tu hogar o tu negocio.



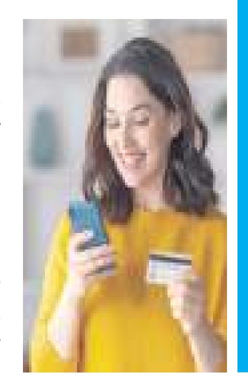
2 MEJOR TEN CUENTAS SEPARADAS

Si eres un emprendedor, lo mejor es que tengas cuentas separadas de tu negocio y la personal. Así podrás controlar mejor tus flujos de dinero y tus gastos, tanto los de tu emprendimiento como los personales sin mezclar y terminar tomando dinero para un gasto innecesario que podrías reinvertir.



3 MODERNÍZATE COMO TUS CLIENTES

"Los compradores de hoy en día utilizan dispositivos móviles y plataformas en línea para informarse sobre productos, contactar con vendedores, incluso realizar sus compras. Esta transformación obliga a los emprendedores a contar con una estrategia digital para captar y fidelizar a los clientes", dijo Carla García de Zoho.



Gaturro



Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales, pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

chiste

Sabia decisión
Amor, se metieron a la casa, toma mi celular y llama a la Policía. ¿Cuál es la contraseña de desbloqueo? Olvídalo, yo los mato.

acertijo

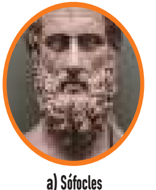
Correos erróneos. En una oficina se deben enviar 4 correos a 4 destinatarios distintos. Sin embargo, el correo destinado a Ana no debe enviarse a la dirección de Luis, y el correo de Luis no debe enviarse a la dirección de Ana. ¿De cuántas formas se pueden asignar los correos?

Sudoku

			4	1				
9	5					3		4
4		7	8	5		1	6	
	8			3		9		
1	9		2	6				8
2					4	7	1	
5		6		9				3
			6			5	7	2
8		2	3	7				

¿Quién lo dijo?

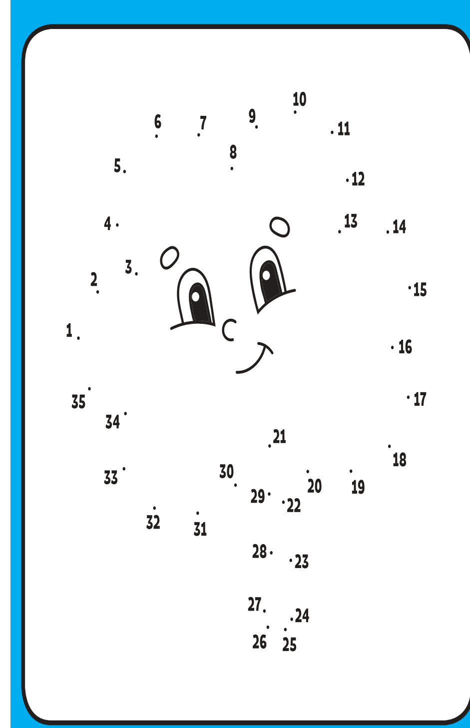
“Siempre se repite la misma historia: cada individuo no piensa más que en sí mismo”


a) Sófocles


b) Bernard Arnault


c) Jeff Bezos

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer

PASCAL
AMNESIA
HIP HOP
LAEL CAE
E RONALDINHO
ME DA GANAR ED
ILL R OAM A
NELYI RAIN
ENOEE RM NA
MACRR OAHC
EL OSEB ANSIAR
AL MAYELLA
LEALIL
SA TANDA
I LAVAOS
SSA ED A

G	H	S	E	N	O	I	M	A	C	F	L	A	C	I	T	S	I	G	O	L	P	D	X
U	W	L	D	I	Z	H	X	S	T	R	A	N	S	F	O	R	M	A	C	I	O	N	D
F	A	N	E	Z	S	Q	I	W	T	A	G	J	U	K	V	N	B	E	R	O	H	S	P
Y	M	O	S	L	E	C	V	W	H	A	L	T	E	D	O	U	K	Q	Z	O	F	I	N
R	P	I	C	C	D	J	L	G	I	P	I	N	C	Q	W	M	H	T	V	O	H	U	S
E	B	C	A	S	A	F	A	A	J	N	X	F	K	Y	I	E	B	T	M	D	N	D	O
V	A	A	R	C	D	J	O	R	V	W	H	W	H	O	E	X	T	R	D	N	V	A	D
C	B	R	G	G	U	N	Z	E	Y	E	U	K	P	I	K	Z	J	U	Q	A	B	V	I
L	E	A	A	G	I	O	N	R	N	A	W	R	D	C	M	Q	D	J	S	D	P	Y	D
M	O	P	V	H	C	T	B	L	G	U	O	S	E	C	T	S	R	V	E	U	N	M	E
C	U	E	A	Q	A	T	B	R	E	D	I	C	O	P	G	E	I	D	N	Y	O	Q	P
O	X	R	Y	R	I	R	A	O	U	O	E	D	J	K	N	T	C	P	O	A	I	M	B
M	W	P	I	S	J	S	O	C	D	D	A	R	F	L	O	E	U	A	R	A	T	E	E
P	R	O	A	C	E	H	T	G	N	N	K	Z	W	J	I	U	D	Q	D	E	S	N	X
L	S	U	O	C	N	I	M	V	O	A	J	W	P	L	C	Q	E	T	A	R	E	T	P
E	B	K	O	L	V	H	Z	I	W	T	K	C	D	B	A	A	R	F	G	A	G	R	E
T	I	R	P	I	E	F	C	I	G	N	J	Z	K	L	Z	P	O	X	D	T	N	E	R
A	P	R	D	B	N	U	M	A	G	E	L	X	H	B	I	F	P	I	Z	M	O	G	I
R	V	A	R	N	L	C	W	D	K	M	O	V	F	P	N	G	B	K	J	N	C	A	M
U	D	H	X	O	L	G	T	Q	W	U	Z	R	X	P	A	F	E	E	L	C	B	R	E
Z	M	W	V	Q	S	J	O	Y	G	A	U	D	H	E	G	Z	O	R	T	S	M	N	N
V	K	E	B	F	D	A	D	I	C	A	P	A	C	J	R	A	Q	K	O	R	N	V	T
P	R	J	G	D	L	Y	B	X	S	Z	C	U	W	M	O	T	O	R	B	S	J	X	O
W	S	E	N	E	C	A	M	L	A	I	D	G	E	S	T	I	O	N	Y	B	W	M	F



4	2	5	1	7	3	9	6	8
9	1	3	5	6	8	2	4	7
6	8	7	2	9	4	1	3	5
2	9	6	7	1	5	4	8	3
3	4	1	6	8	2	5	7	9
5	7	8	3	4	9	6	1	2
8	6	2	4	5	7	3	9	1
7	5	4	9	3	1	8	2	6
1	3	9	8	2	6	7	5	4

El acertijo: Sin restricciones, hay 5 =120 órdenes. Cada restricción (para dos tareas) reduce a la mitad los órdenes posibles (ya que, de dos elementos, en la mitad A estará antes que B y en la otra mitad no). Al tener dos restricciones independientes, se dividen entre 2 dos veces: 120/2×2=120/4=30.

¿Quién lo dijo?: Georges Clemenceau.

Sopa de letras

J	P	H	L	O	N	W	E	R	S	O	T	R	E	U	P	C	A	M	D	G	Z	T	K
R	B	H	M	B	Y	L	S	X	N	W	P	Q	T	U	Z	S	J	F	F	M	S	A	A
E	I	V	C	A	I	V	O	U	H	Q	F	L	Z	W	X	B	E	L	A	A	N	M	E
C	R	G	P	Y	K	O	T	Q	A	N	G	U	E	R	I	A	U	Y	T	J	W	E	R
U	S	M	P	R	Z	O	C	L	U	W	E	A	N	Y	C	V	O	R	D	R	K	A	E
R	O	M	N	P	T	I	U	A	H	N	S	T	V	F	I	R	E	Y	Q	R	R	L	O
S	Z	W	A	U	P	C	D	E	I	G	A	A	K	A	I	U	J	Z	D	E	R	O	S
O	C	L	N	S	G	R	O	I	E	C	C	X	L	S	P	H	I	B	A	E	R	R	W
S	D	A	E	A	L	E	R	E	O	O	N	E	T	M	F	N	U	S	F	G	F	L	A
L	M	W	C	L	V	M	P	E	N	N	S	A	O	Y	F	O	C	R	A	W	O	U	X
S	A	T	A	I	Q	O	K	D	J	C	G	C	C	R	O	I	I	N	N	G	Z	F	W
A	E	A	M	D	C	C	I	R	U	V	J	X	A	R	S	G	I	K	I	L	G	E	V
P	A	V	L	A	W	C	Q	L	Z	R	S	E	A	P	E	Z	O	S	O	J	T	N	E
M	D	T	A	K	I	F	O	E	B	S	S	U	I	R	A	M	T	R	J	R	O	X	H
A	C	Z	S	O	R	P	Q	U	C	T	W	L	A	R	J	I	D	S	E	I	E	X	I
R	K	A	N	I	N	U	V	X	R	T	P	C	O	L	C	E	R	G	C	F	N	A	C
Y	H	A	A	W	R	J	E	U	Z	U	I	Q	C	A	N	D	I	U	L	M	A	R	U
X	D	V	N	O	W	O	C	G	Q	O	T	H	R	E	J	O	B	X	P	E	T	U	L
O	A	S	K	M	O	T	N	V	N	Q	D	Z	S	F	N	I	S	V	Y	U	U	T	O
X	E	B	O	H	U	C	A	I	T	W	P	N	W	D	R	M	V	L	F	G	R	R	S
C	U	O	K	R	P	H	Z	R	M	B	I	J	T	T	B	P	E	N	D	U	A	E	K
R	C	O	A	L	F	J	Y	V	T	S	W	H	S	I	Z	V	N	T	E	B	L	B	U
S	H	G	L	O	R	T	N	E	C	F	M	I	A	D	J	R	O	G	F	Q	E	O	T
C	S	A	M	E	T	S	I	S	L	J	D	N	U	X	M	B	W	P	D	U	S	C	V

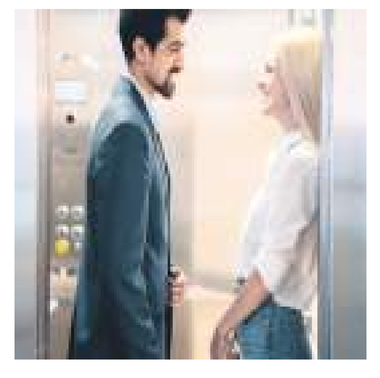
CENTRO DE DISTRIBUCIÓN

- ACONDICIONADO
- AÉREOS
- AIRE
- ALMACENAN
- ÁREAS
- CENTRO
- COBERTURA
- COMERCIO
- COMPUERTAS
- DISTRIBUCIÓN
- FLUVIALES
- INFRAESTRUCTURA
- LOGÍSTICA
- MAYORISTA
- MERCANCÍA
- MINORISTA
- NATURALES
- ÓRDENES
- ORGANIZAR
- PRODUCTOS
- PUERTOS
- RAMPAS
- RECURSOS
- REFRIGERACIÓN
- REGIÓN
- SALIDA
- SISTEMAS
- VEHÍCULOS

Consultorio sentimental

Mi vecina está seduciendo a mi esposo

XIMENA (40). Doctora Cora, hace tres semanas mi esposo y yo nos mudamos a un nuevo departamento. Ambos estábamos muy felices por ello, ya que al fin tendríamos nuestro espacio privado. Sin embargo, los problemas comenzaron cuando una vecina del edificio fue a darnos la bienvenida y se le insinuaba a mi marido; le hacía cumplidos e indirectas que estaban fuera de lugar. Él estaba incómodo, pues no suele ser algo habitual ante una supuesta "bienvenida". La boté de manera discreta de casa. Esta situación se ha salido de control porque mi esposo me cuenta que le ha pedido el número de su celular y que lo ha invitado a su casa a solas.



RESPUESTA

Querida Ximena, por lo que me comentas, creo que es necesario aclarar la situación con esa vecina, pero debes hacerlo junto con tu esposo. Conversa de manera directa y expresa tu incomodidad, ya que esas acciones podrían ser consideradas como acoso por parte de ella, y eso no está nada bien. Suerte.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA



Jhan Sandoval
Telf: 4450340/4728244
www.jhansandoval.com

ARIES: 21 mar. 20 abr.
La falta de palabra de un compañero podría ofuscarte. No pierdas la paciencia, podrías complicar más la situación. En el amor, controla tus emociones y no generes conflictos innecesarios.

TAURO: 21 abr. 21 may.
No pierdas la atención en tu labor, la distracción podría ser aprovechada por tus competidores. Termina ese período de soledad o apatía, llega un nuevo ciclo a tu vida amorosa, aprovéchalo.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
Tienes dudas respecto a ese acuerdo y hoy podrán ser aclaradas, estableces una alianza importante para tu futuro. Retomas contacto con alguien que se había distanciado, vuelve la ilusión.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
No dejes que tus pensamientos te lleven por un sendero negativo, calma tu mente y hallarás soluciones. Luego de algunas peleas, hablarás con la persona que amas y se podrán reconciliar.

LEO: 23 jul. 23 ago.
El exceso de trabajo podría inclinarte al mal humor, cuida tu temperamento y valora la labor en equipo. Todo lo que estabas reprimiendo lo expresarás ahora que esa persona ha tomado iniciativas.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
Inicias una actividad que realizarás de manera exitosa, vuelve ese período de triunfo y reconocimiento laboral. Las dudas estarían alejando a la persona que amas, muestra más seguridad.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Ciertas condiciones laborales podrían exigirte redoblar el esfuerzo que vienes realizando, paciencia, todo lo culminarás exitosamente. No le des la espalda a esa persona que pretende acercarse.

ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
Ha pasado el tiempo, te sientes preparado para iniciar esa labor tan importante, tendrás éxito. Un tema ajeno a la relación te haría discutir con tu pareja, muestra paciencia y tolerancia.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Un cambio abrupto podría paralizar ese proyecto que tanto deseabas, sé paciente y todo volverá a la normalidad. En el amor, esa persona hablará de los errores que cometió y se disculpará.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Un superior podría generarte mucha tensión con sus exigencias, solo concéntrate en tu labor y cubrirás todas las expectativas. Te reconciliarás con esa amistad con la que habías discutido.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
No subestimes los temas que tienes en agenda, un pequeño descuido podría complicar tu labor. Los sentimientos entre tú y esa persona se están fortaleciendo, hoy se mostrarán más unidos.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
Negociarás asuntos laborales y económicos, ingresas a una etapa de mayor crecimiento y estabilidad. Te sientes mejor luego de esa decepción, solo evita desarrollar desconfianza en el amor.



RIO DE SUIZA
GUSTA UN LICOR
LITIO
AZUFRE, VANADIO
PARTE DE LA QUILLA
E GRIEGA
VIEJO (INGL.)
KAPPA, DELTA
INTELIGENCIA ETERNA
EDIN DZEKO
NOSOTROS (INGL.)
COMPLETO
ALABAR
11 (ROM.)
APOCOPE DE NORTE
PLANTA MEDICINAL
PATO MARINO
CORRIENTE DE AGUA (PL.)
ANTIGUO NOMBRE DE IRLANDA
APROXIMADAMENTE
LIBRETA ELECTORAL
SIGMA
CUMULO
SONRIE
OESTE
TORRE DEL AJEDREZ
OSCAR RUGGERI
D
RIO DE VENEZUELA
PERO (ITAL.)
ANTORCHA
RIO DE SIBERIA
QUE PUEDE SERVIR
NIOBIO
GALERIA, CORREDOR
NOMBRE FEMENINO
INDIO
ADINERADO
...CARA CANTANTE
FIRMAMENTO
A NIVEL
550 (ROM.)
SEÑOR (ABREV.)
ANGEL ...MARIA
RIO DE ESPAÑA
ARGON
CIUDAD (INGL.)
LETRAS SUCESIVAS
TRIBU
HIJO DE ODIN
GRUPO SNAGUINEO
TIRAR DE UN CABO
CARBONO
ENOJADO (INGL.)

LA ÚLTIMA

■ **CIUDAD DE MÉXICO.** Según el informe de la felicidad 2025, México ingresó al top 10 de la lista de los países más felices del mundo compartiendo padrón con países como Dinamarca e Islandia.



Empresa los obliga a casarse

■ **PEKÍN.** Una empresa en China obliga a sus trabajadores a que contraigan matrimonio, a más tardar el 30 de setiembre, bajo amenaza de despido para quienes se resistan a casarse, medida que generó polémica. Tal mandato, que en el fondo aparece como un abuso sobre los trabajadores, es materia de comentarios diversos en China y en el exterior. La medida busca elevar la tasa de natalidad en ese país, donde se teme que en pocas décadas el país será poblado mayoritariamente por adultos mayores jubilados.

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe ✆2818677 ✆936098953
@perezalbela

Más allá del hierro: una perspectiva nutricional

Cuando los análisis revelan niveles bajos de hemoglobina, inmediatamente pensamos en el hierro como el principal nutriente deficitario. Sin embargo, otros nutrientes desempeñan roles igualmente importantes en la síntesis y función adecuada de la hemoglobina, abriendo un espectro más amplio para la intervención nutricional. Estos incluyen:

1) Glicina: este aminoácido es crucial en la formación del grupo hemo, molécula orgánica que contiene un átomo de hierro en su estructura y es fundamental en el transporte de oxígeno en el cuerpo. Es el componente central de la hemoglobina, la proteína de los glóbulos rojos que transporta oxígeno en la sangre.

2) Zinc y cobre: actúan como cofactores en diversas enzimas implicadas en el metabolismo del hierro y la biosíntesis del hemo.

3) Vitaminas del complejo B:

-B2 (Riboflavina), B5 (Ácido Pantoténico) y Biotina: participan en procesos metabólicos que afectan directamente la producción del grupo hemo.

-B6 (Piridoxina): esencial para la síntesis del ácido δ-aminolevulínico, precursor directo del hemo.

-B12 (Cianocobalamina): fundamental para la generación de precursores del hemo y la maduración efectiva de los eritrocitos.

-B9 (Ácido fólico): es esencial para la formación de glóbulos rojos y la síntesis del ADN, por lo que su deficiencia puede provocar anemia megaloblástica.

4) Magnesio: es un mineral esencial involucrado en la producción de glóbulos rojos y en el metabolismo del hierro. El magnesio participa en la activación de enzimas que regulan el metabolismo de este mineral.

La influencia de estos nutrientes sobre la síntesis del grupo hemo subraya su importancia para la hemoglobina y la mioglobina, así como para otras proteínas que contienen hemo. Es importante darle el interés necesario cuando se trata de encontrar una causa subyacente de la anemia.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 9:00 a.m. por Radio Felicidad
Bien de Salud: www.youtube.com/@BiendeSaludTV